18.012 Omáčka kôprová
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
olej	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50	0,70	0,70
múka hladká	0,65	0,65	0,80	0,80	0,90	0,90	1,20	1,20
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
mlieko	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00	10,00	10,00
smotana	0,75	0,75	1,00	1,00	1,30	1,30	1,50	1,50
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15	0,15
ocot	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
cukor kryštálový	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30	0,30	0,30
kôpor čerstvý	0,40	0,30	0,50	0,37	0,50	0,37	0,60	0,45
hmotnosť porcie v g	110		120		130		150	

Receptúra

Výrobný postup

Múku opražíme na oleji, zalejeme vodou, rozriedime mliekom, osolíme a za občasného miešania varíme. Pridáme očistený, umytý, posekaný kôpor, cukor, soľ a rozšľahanú smotanu. Ochutíme octom, zjemníme maslom a povaríme.
Príloha: varené mäso, dusené mäso, varené vajce, zemiaky alebo knedľa.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	468	112	3,25	6,2	1,8	10,6	0,3	99,1	0,4	0,031	0,0	0,1	4,5	0,2
B	575	138	3,83	7,8	2,5	12,8	0,4	115,8	0,5	0,036	0,0	0,1	5,6	0,2
C	676	162	4,34	9,5	3,1	14,6	0,4	131,0	0,5	0,038	0,0	0,2	5,6	0,3
D	831	199	5,07	12,0	4,3	17,4	0,5	146,7	0,6	0,044	0,1	0,2	6,8	0,3